

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное учреждение  
«Государственный научный центр  
социальной и судебной психиатрии  
им. В. П. Сербского Росздрава»**

**ПРОГРАММА ПСИХОКОРРЕКЦИИ  
ГИПЕРАКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ  
С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ  
В ФОРМЕ РАССТРОЙСТВ ФОРМИРОВАНИЯ  
ШКОЛЬНЫХ НАВЫКОВ**

Психокоррекционная программа

Редактор — В. С. Залевский

**ПРОГРАММА ПСИХОКОРРЕКЦИИ  
ГИПЕРАКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ  
С НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ  
В ФОРМЕ РАССТРОЙСТВ ФОРМИРОВАНИЯ  
ШКОЛЬНЫХ НАВЫКОВ**

Психокоррекционная программа

Сдано в набор 29.10.09. Подписано в печать 5.11.09.  
Формат 60x84/16 Бумага офсетная № 1 Печать офсет.  
Усл. печ. л. 1,6. Тираж 150. Заказ 31. Цена договорная.

Набрано и отпечатано в Редакционно-издательском отделе  
ФГУ «Государственный научный центр социальной  
и судебной психиатрии им. В. П. Сербского Росздрава»  
119992 ГСП-2, Москва, Кропоткинский пер., 23.



Москва — 2009

УДК 616.89-084  
ББК 56.14  
П86

Психокоррекционная программа подготовлена сотрудниками Отделения социальной психиатрии детей и подростков ФГУ «Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии им. В. П. Сербского Росздрава» доктором медицинских наук, профессором **Н. В. Вострокнутовым**, кандидатом медицинских наук, доцентом **Л. О. Пережогиным**, доктором медицинских наук **В. Ф. Шалимовым**.

Работа издана в рамках реализации подпрограммы «Психические расстройства» Федеральной целевой программы «Предупреждение и борьба с социально значимыми заболеваниями (2007-2011 годы)».

П86 Вострокнутов Н. В., Пережогин Л. О., Шалимов В. Ф. **Программа психокоррекции гиперактивного поведения у младших школьников с нарушениями развития с расстройствами формирования школьных навыков: Психокоррекционная программа.** — М.: ФГУ «ГНЦ ССП Росздрава», 2009. — 28 с.

*В программе рассмотрены методологические вопросы разработки циклов психокоррекционных занятий для детей с проблемами обучения и поведения. Выделены объекты психокоррекционного воздействия в виде гипердинамичного поведения в сочетании с нарушениями формирования школьных навыков и коморбидными им аффективными расстройствами; рассмотрены основные этапы консультативно-диагностической помощи и психокоррекционной работы при данных проблемах у детей со школьной дезадаптацией. В программе представлены блок психокоррекционной работы с детьми и блок по организации социально-психологической поддержки (родители, учителя). В блоке психокоррекционной работы с детьми разработаны ведущие модули: коммуникативный развивающий и коррекционный; эмоционально-чувственный развивающий и коррекционный, когнитивный развивающий и коррекционный; релаксационный, личностный развивающий. По каждому модулю программы сформированы блоки упражнений, заданий и игр, которые могут быть использованы специалистами при авторском проектировании аналогичных психокоррекционных программ.*

*Для психиатров, психотерапевтов, клинических психологов, специализирующихся в консультативно-диагностической и коррекционно-реабилитационной помощи детям с проблемами развития и обучения.*

ISBN 975-5-86002-124-2

ББК 56.14

© Группа авторов, 2009

© ФГУ «ГНЦ ССП Росздрава», 2009

## Содержание

Введение .....	3
Раздел 1. Клинико-психологическая характеристика гиперкинетического поведения у младших школьников с нарушениями развития .....	5
Раздел 2. Методические основы проектирования программ психокоррекции гипердинамичного поведения у детей младшего школьного возраста .....	10
Заключение .....	26

## Заключение

Реализация представленных модулей обеспечивает формирование у ребенка с гиперактивным поведением и проблемами обучения, обусловленными отклонениями в развитии школьных навыков, следующих психологических новообразований: развитие пространственно-временных представлений, как базовой составляющей когнитивной деятельности; развитие регуляторного компонента когнитивной деятельности, включая прогностическое моделирование, формирование контроля результата деятельности, пространственное моделирование; развитие личного «Я». Опыт психокоррекционной работы показывает, что именно ускоренное формирование этих составляющих психической деятельности позволяет ребенку с гиперактивным поведением начать контролировать свое поведение и социальную ситуацию, оптимизирует у гипердинамичных детей групповое взаимодействие, ориентированное на конечный результат. Данная модель психокоррекционной программы подходит к терапии гиперкинетических нарушений как нарушений функции регуляции, что значительно расширяет ресурс поведенческих техник. Реализация программы необходимым образом включает социально-психологическую поддержку со стороны родителей и педагогов. Программа может быть реализована как в условиях образовательных учреждений с программами коррекционно-развивающего обучения, так и в условиях специализированного ЛПУ — психоневрологический диспансер с дневным стационаром.

## Введение

Гиперактивное поведение у младших школьников является одним из наиболее часто встречающихся поведенческих расстройств. Для отдельных возрастных категорий характерны следующие показатели распространенности:

- дети дошкольного возраста (4 — 6 лет) — примерно 3%;
- дети школьного возраста (6 — 13 лет) — 3 — 7%;
- подростки и юноши (14 — 20 лет) — 6% (Г.В. Лаут, У.Б. Брак, Ф. Линдеркамп, 2005).

Оценка данных поведенческих отклонений наглядна, если опирается на такое поведенческий признак как повышенная двигательная активность ребенка, но является не достаточной при комплексной оценке и приводит лишь к гипердиагностике расстройства.

В целом корректная и адекватная диагностика гипердинамичного поведения трудна, потому что при данном патологическом состоянии наблюдается влияние большого количества гетерогенных факторов и отмечается выраженная изменчивость симптоматики, так как поведенческая активность ребенка существенно варьирует в зависимости от уровня возрастного развития, базовых характеристик темперамента и особенностей социальной ситуации, в которой проявляется поведение.

Соотношение главных признаков синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ):

- невнимательность или «дефицит внимания»,
- гиперактивность,
- импульсивность

в детском возрасте определяет три ведущих подтипа СДВГ:

1. преимущественно невнимательный тип — ADHD-P1;
2. преимущественно гиперактивно/импульсивный тип — ADHD-H1
3. смешанный тип — ADHD-C.

По МКБ-10 гиперкинетические расстройства имеют рубрику F 90 и включают две подгруппы: «нарушение активности и внимания» (F 90.0) и «гиперкинетическое расстройство поведения» (F 90.1). Последнее понятие следует использовать в тех

случаях, когда общие критерии гиперкинетического расстройства (F 90.0) сочетаются с критериями расстройства поведения (F 91).

Существует достаточно распространенная точка зрения, что в пубертатном периоде гиперкинетическая симптоматика постепенно нивелируется и трансформируется в индивидуально-психологические и личностные переменные. Однако, анализ отдаленных медико-социальных последствий этого расстройства показывает, что у пациентов и в молодом, и в среднем возрасте сохраняются трудности с получением образования, приобретением профессии, отмечаются проблемы в семье, часто закрепляется агрессивный тип разрешения конфликтов, легко фиксируются состояния зависимости от психоактивных веществ, что указывает на стойкие нарушения социальной адаптации и после совершеннолетия.

Эти факты указывают на высокую социальную значимость анализируемого симптомокомплекса расстройств, так как гиперкинетическое расстройство реально является предиктором широкого круга диссоциальных нарушений, включая агрессивное, аддиктивное и рецидивное криминальное поведение, поэтому так важна ранняя диагностика, адекватная психокоррекционная и лечебно-оздоровительная помощь, опирающаяся на развернутую систему реальной социально-психологической поддержки через семью, сферу обучения и социальной профилактики.

— Обучение способности сохранять контроль над ситуацией, исключая экспансию существующих проблем (обучение использованию системы штрафов и поощрений; контроль динамики состояния ребенка через карты ежедневного контроля);

— Защита других членов семьи, других детей от воздействия неблагоприятных факторов, обусловленных гиперактивным поведением ребенка.

**Третий этап** закрепляющий. На этом этапе родители, педагоги, воспитатели могут объединяться в группы поддержки и совместно обсуждать проблемы детей и проблемы, связанные с неудачами обучения, воспитания.

них мотивацию на необходимость обеспечения ребенку длительной психологической поддержки.

**Первый этап** работы информационно-просветительский и он включает ознакомление родителей с психологическими характеристиками и особенностями социального поведения детей с гипердинамичным поведением. Данный этап работы особенно необходим родителям, так как родители в результате длительного противостояния с гиперактивным ребенком, как правило, чувствуют себя бессильными и не знают, что им делать. Достаточно часто они могут рассказать об эпизодах, когда теряли над собой контроль, наказывали ребенка физически, хотя и понимали, что такие действия могут только усугублять ситуацию.

На информационно-просветительском этапе (2 занятия) родители не только получают необходимую информацию, но и с них снимается чувство вины, с которым они часто сосуществуют. Кроме этого, родителей учат использовать свое влияние на ребенка, добиваться последовательности в своих действиях, уметь прощать ребенка, избегать физических наказаний как бы не было тяжело и утомительно.

Педагогическая коррекция учителей и социальных работников также может включать информационно-просветительский блок. Педагогическая коррекция ориентируется на преодоление признаков невнимательности, гиперактивности и импульсивности.

**Второй этап** — коррекционный (2 занятия). На этом этапе родителям, педагогам, воспитателям помогают приобрести следующие навыки:

— Преодоление непослушания и сдерживание или устранение вызывающего поведения ребенка (идентификация тех форм поведения, которые им хотелось бы поощрить у ребенка; контроль собственных эмоциональных реакций в виде раздражительности, агрессии);

— Ознакомление с приемами ежедневного контроля выполнения домашних заданий, умения так организовать его деятельность, чтобы успех был максимальным, а неудачи минимальными;

— Адаптация к эмоциональным проблемам ребенка (умение замечать то, что ребенок делает хорошо и умение хвалить ребенка за достигнутые результаты; умение прощать ребенка и не персонализировать его проблемы);

## Раздел 1

### Клинико-психологическая характеристика гиперкинетического поведения у младших школьников с нарушениями развития

Для постановки диагноза, определения различий между данными расстройствами, а также выделения объектов психокоррекционного и социотерапевтического воздействия используются два перечня диагностических признаков.

Первый перечень содержит симптомы невнимательности, слабой концентрации внимания и дезорганизованности. Типичны следующие проявления невнимательности:

— не может сосредоточить внимание на деталях или совершает ошибки по невнимательности в школьных заданиях и в другой деятельности;

— не способен надолго сосредоточиться на предмете, удерживать активное внимание во время работы или в игре; некоторые дети не могут досмотреть до конца любимую телепередачу, даже если она длится всего полчаса;

— не слушает то, что ему говорят; часто не следует инструкциям и не может завершить задание или выполнить до конца домашние обязанности (не по причине непонимания заданий или оппозиционного поведения);

— часто теряет вещи, необходимые для работы или какой-либо деятельности (игрушки, школьные принадлежности, учебники, инструменты);

— испытывает трудности в организации труда и деятельности в силу повышенной отвлекаемости: дети суетливы, неусидчивы, отвлекаются на внешние раздражители, часто переключаются с одного занятия на другое;

— избегает или неохотно выполняет задания, требующие напряжения, дополнительных усилий или самостоятельности (Ю.В. Попов, В.Д. Вид, 1997; А.А. Чуркин, А.Н. Мартюшов, 1999).

Жалобы по поводу невнимательности чаще связаны с тем, что ребенок не слушает или не хочет слушать, не выполняет инструкции, не заканчивает работу или задание. Другие жалобы обращены на не организованность, не способность сосредоточиться, а на быструю утрату интереса к занятиям, требующим внимания, прилежания и упорства в выполнении. Дети с проявлениями невнимательности отвлекаются больше других на яркие и привлекательные стимулы; они также более выражено отвлекаются на постороннюю информацию, присутствующую в задании, которое выполняют. Главный дефицит внимания — это недостаток непрерывности внимания. Лучше всего у них получаются задания, которые интересны и не требуют поддержания внимания длительное время.

Второй набор признаков содержит диагностические указания, относящиеся к оценке признаков гиперактивности/импульсивности. К ним относятся следующие поведенческие нарушения:

- часто ерзает, двигает руками и ногами, когда сидит;
- часто встает с места в классе или в других ситуациях, когда предполагается длительное сидение;
- часто бежит или залезает куда-нибудь в неподходящей ситуации; постоянно испытывает субъективное ощущение беспокойства;
- часто не может играть или проводить досуг один самостоятельно, тихо;
- совершает свои действия «на ходу», слишком много говорит, вмешивается в разговоры, прерывает других или мешает им;
- часто начинает отвечать, не дослушав вопроса, не может дождаться очереди (А.А. Чуркин, А.Н. Мартюшов, 1999).

Родители и учителя описывают детей с проявлениями гиперактивности/импульсивности как непоседливых и постоянно болтающих. Деятельность этих детей чрезмерно энергична, интенсивна, неадекватна и бесцельна. Они крайне активны, но не стремятся довести до конца свои действия.

Импульсивность может проявляться также шумными выходками во время уроков или игры; частыми драками с другими детьми из-за неумения проигрывать. С возрастом проявления импульсивности могут меняться. У младших школьников импульсивность может выражаться в излишней активности при отстаивании собственных интересов, невзирая на требования

Расспросите, что дети делают в школе и как представляют, что будет после того, как они пойдут по жизни дальше; кем они хотят быть, что делать? Попросите детей нарисовать себя в будущем, как они будут выглядеть, что будут делать.

В конце задания каждый ребенок должен рассказать, кем он нарисовал себя в будущем и чем хочет заниматься?

**Задание 3. «День рождения»**

**Цель:** развитие «Я» и формирование социальных правил

**Материалы:** бумага для рисования, цветная бумага, пластилин, цветные карандаши, ножницы, клей.

**Ход выполнения задания:** предложите детям пофантазировать на тему дня рождения — кого бы они собрали за праздничным столом, как рассадили, что ели и пили.

Дайте время каждому ребенку придумать, кого они пригласят и чем будут угощать гостей, обсудите, какие блюда они знают, что им больше всего нравится. После приступайте к изготовлению композиций: кроме обязательных фигурок гостей отдельное внимание уделите изготовлению праздничных блюд, красивой посуды и скатерти. По окончании работы дайте возможность каждому ребенку рассказать, кого он пригласил, чем угощал гостей, как они развлекались, что подарил каждый гость.

**Задание 4. «Автобиография. Кем я хочу стать?»**

**Цель:** развитие личных пространственно-временных представлений

**Ход занятия**

- Рассказ о любимых занятиях и профессиях
- Моделирование «жизненного маршрута» на бумаге, на макете
- Проектный рисунок: Какой «Я» был вчера — Какой «Я» сегодня — Какой «Я» буду завтра
- Обсуждение рисунков и жизненных планов

### **2.3. Блок социально-психологической поддержки: социо-реабилитационная работа с родителями и педагогами**

При организации индивидуальной или групповой социореабилитационной работы с родителями или педагогами целесообразно перед началом работы попросить родителей и учителей дать характеристику поведения ребенка и сформировать у

**Материалы:** листы бумаги форматом А 3 по количеству детей, цветные карандаши.

**Ход выполнения задания:**

1 этап: попросите детей рассказать про свой день: с чего он начинается, как продолжается и заканчивается; чем каждый ребенок занимается каждый день (чистит зубы, умывается, завтракает, гуляет, спит днем), а чем — не каждый (например, посещение развлекательных мероприятий с родителями, подготовка к приезду гостей, кружки и секции). Затем попросите рассказать детей, чем они занимаются каждое утро, как они проводят время, каков их распорядок дня, чем больше всего любят заниматься?

2 этап: попросите детей разделить лист на три части и нарисовать чем они занимаются в течении дня: в первой половине — утро, во второй — днем, в третьей — вечером дома.

3 этап. Обсудите с детьми лучший распорядок и лучшими элементами дополните свой.

**Обобщающее-закрепляющий этап, включая упражнения, направленные на развитие навыков гибкого поведения и уверенности в себе (4 занятия).**

Каждое занятие начинается с проигрывания 2-3-х соответствующих упражнений по вашему выбору из модулей: коммуникативно-развивающий, релаксационный, эмоционально-чувствующий-развивающий. В последующем переходят к проработке базовых упражнений обобщающе-закрепляющего этапа. Виды заданий:

**Задание 1. «Автопортрет»**

**Цель:** развитие воображения и пространственного мышления, мелкой моторики, представлений о собственном «Я».

**Ход выполнения задания:** создание автопортрета в технике коллажа, автопортрет из символических форм, например алфавита разных народов и других знаков.

**Задание 2. «Автобиография. Кем хочу стать»**

**Цель:** развитие представлений о личном мире, формирование личного временного пространства; развитие социально-когнитивного уровня интеллекта.

**Материалы:** листы бумаги форматом А3 по количеству детей, цветные карандаши.

**Ход выполнения задания:** расспросите детей, знают ли они, кем работают их родители, что делают и что нужно для того, чтобы стать... — вспомните с детьми различные профессии.

учителя, в крайней нетерпеливости; в подростковом возрасте в хулиганских поступках, асоциальном поведении (кражи, употребление наркотиков, беспорядочные половые связи). Чем ребенок старше, тем импульсивность заметнее для окружающих. Гиперактивность — необязательный признак синдрома нарушения внимания с гиперактивностью. По мнению ряда авторов, степень двигательной активности влияет на выбор терапии — в отсутствие гиперактивности психостимуляторы менее эффективны. В дошкольном и раннем школьном возрасте гиперактивные дети непрерывно или импульсивно бегают, ползают, они неусидчивы, постоянно вскакивают и опять садятся, суетливы. Дети без гиперактивности менее агрессивны и враждебны к окружающим; у них чаще бывают парциальные задержки развития, в том числе — школьных навыков. С возрастом гиперактивность уменьшается, иногда исчезает полностью, хотя другие симптомы могут оставаться.

**Дополнительные признаки.** Это симптомы, которые также характерны для синдрома нарушения внимания с гиперактивностью. К ним следует отнести:

**1. Парциальные задержки развития.** Многие дети, страдающие синдромом нарушения внимания с гиперактивностью, плохо учатся в школе, несмотря на нормальный уровень когнитивного развития. Возможные причины — невнимательность, отсутствие упорства, нетерпимость к неудачам. Кроме того, у детей с синдромом нарушения внимания с гиперактивностью встречаются парциальные задержки развития, в том числе — школьных навыков (письма, счета, чтения). Их основной признак — несоответствие между реальной успеваемостью и той, которую можно ожидать. Критерием задержки считают отставание навыков от должных не менее чем на 2 года. Парциальные задержки развития школьных навыков наблюдаются не только при синдроме нарушения внимания с гиперактивностью, но сочетаются с ним очень часто.

В тех случаях, когда при обследовании исключены психологические и социальные преграды, низкий интеллект и плохое преподавание, причина плохой успеваемости — скорее всего, синдром нарушения внимания с гиперактивностью, возможно, в сочетании с парциальной задержкой развития школьных навыков. При обследовании неуспевающего ребенка с гипердинамичным поведением особое внимание уделяют школьным навыкам.

**2. Нарушения координации** выявляются примерно в половине случаев. Это могут быть нарушения тонких движений (завязывание шнурков, пользование ножницами, раскрашивание, письмо), равновесия (детям трудно кататься на роликовой доске и двухколесном велосипеде), зрительно-пространственной координации (неспособность к спортивным играм, особенно с мячом).

**3. Эмоциональные нарушения** при синдроме нарушения внимания с гиперактивностью наблюдаются часто. Это эмоциональная лабильность с повышенной возбудимостью, раздражительно-гневливыми реакциями при фрустрациях или эмоциональная лабильность с обидчивостью, легко возникающими реакциями с тревожным компонентом. Эмоциональное развитие ребенка, как правило, запаздывает, что проявляется неуравновешенностью, вспыльчивостью, нетерпимостью к неудачам.

**4. Отношения с окружающими.** Как правило, нарушены отношения и со сверстниками, и со взрослыми. В психическом развитии дети с синдромом нарушения внимания и гиперактивностью отстают от сверстников, но стремятся руководить. По структуре личности они экстраверты, ищут друзей, но быстро теряют их. Из-за неприязни со стороны сверстников, из-за стремления верховодить они вынуждены общаться с более младшими детьми. Трудно складываются и отношения со взрослыми. На детей, страдающих синдромом нарушения внимания с гиперактивностью, обычные наказания и поощрения не действуют. И родители, и учителя жалуются, что, несмотря на все наказания, ребенок продолжает вести себя плохо. С другой стороны, ни ласка, ни похвала не стимулируют хорошее поведение — более того, поощрения должны быть очень весомыми, иначе ребенок будет вести себя хуже. Именно «невоспитуемость» в сочетании с импульсивностью — основной повод обращения родителей к психиатру. Вообще же синдром нарушения внимания с гиперактивностью — нередкая причина «плохого поведения». Запущенный синдром нарушения внимания с гиперактивностью — частая причина исключения из школы.

Медико-социальные последствия связаны с типом базовых подтипов СДВГ («невнимательный», «гиперактивно/импульсивный» и «смешанный» типы), однако, проявляются не в симптомах самого расстройства, а в особенностях нарушений социального взаимодействия. Медико-социальные последствия при гиперактивно-импульсивных расстройствах в детстве в после-

ванную схему, по которой можно раскрасить и собрать уже имеющиеся бусины, либо создать еще одни.

3 этап: После того, как каждый ребенок создал схему, разведите в баночках краску для окрашивания бус. Предложите детям последовательно брать каждую бусину, нанизывать ее на веревочку и окунайте в баночку с нужной краской (соответственно схеме), затем откладывать бусину в сторону для просушки в той же поочередности, что и на схеме. После просушки бусин соберите их на нить соответственно схеме. Следите, чтобы дети сверяли свои действия со схемой. В конце занятия сверьте каждые получившиеся бусы со схемой и наденьте их на детей, дайте поиграть с ними, продемонстрировать свою работу другим.

### **Задание 3. «Волшебный сад»**

**Цель:** развитие воображения, пространственного и прогностического моделирования, представлений о собственном «Я», развитие умения работать в группе.

#### **Ход выполнения задания:**

1 этап. Описание сада, растений символизирующих группу детей, где каждый является сказочным растением

2 этап. Непосредственное выполнение задания

3. этап. Аппликация, макет и пространство сада.

### **Задание 4. «Мой окружающий мир»**

**Цель:** развитие представлений об окружающем мире, формирование познавательной активности, пространственного моделирования, мелкой моторики. Формирование и развитие социально-когнитивного уровня интеллекта.

#### **Ход выполнения задания:**

1 уровень: изучение природного мира (естественный ландшафт)

— Обсуждение с детьми окружающего мира, описание озера, реки, гор, полей, леса, моря;

— Создание ландшафта на мокром песке с рассказом о нем;

— Заселение мира природы животными,

2 уровень: природный мир и деятельность человека

— заселение планеты детьми

— конструирование и создание с помощью бумаги и клея пространства людей: дома, города и деревни, дороги и мосты, соединяющие населенные пункты (Мозартика)

### **Задание 5. «Автобиография — мой день»**

**Цель:** развитие представлений о личном мире, формирование личного временного пространства; развитие социально-когнитивного уровня интеллекта.

## 2. «Волшебные бусы»

**Цель:** развитие внимания, пространственных представлений, воображения, контроля результата деятельности, мелкой моторики.

**Материалы:** бумага для рисования, простые карандаши, цветные карандаши, ластик, самозатвердевающий пластик для лепки, акварельные или акриловые краски, баночки для разведения красок (по количеству цветов — от 6 до 12), нитки, тонкая спица для проделывания дырочек в бусинах, готовые бусины различных форм и цветов для демонстрации.

### Ход выполнения задания:

1 этап: Предложите создать детям необычные волшебные бусы, которые будут помогать им, когда они окажутся в волшебной стране. Спросите, каких форм и цветов могут быть бусины, постарайтесь представить как можно больше форм — в том числе и негеометрических (звезда, капля, луна). Продемонстрируйте детям уже готовые бусины, попробуйте представить, что каждая бусина могла бы означать в сказочной стране: например, звезда помогает найти правильный путь; цилиндры могут оказаться палочками или бревнышками, из которых можно построить дом, мост через реку или плот и т.д. Раздайте детям пластик для лепки бус. Каждый ребенок должен слепить не менее 12 небольших бусин. Во время выполнения задания сведите помощь ребенку к минимуму, дайте ему возможность самому придумать способ лепки той или иной формы, лишь при явных неудачах предложите свой способ или дополните способ ребенка. Помогите проделать дырочки в бусинах, уточнив у ребенка, как бы он хотел, чтобы весела его бусина на веревочке.

2 этап: После того как бусы изготовлены и высушены, попросите детей разложить бусины в том порядке, в котором они должны висеть на веревочке. Раздайте каждому ребенку лист бумаги, простые и цветные (от 6 до 12 соответственно цветам красок для раскрашивания бус) карандаши, ластик. Положите лист горизонтально и попросите детей провести линию от одного края листа до другого (эта линия будет символизировать веревочку, на которую будут нанизываться бусы), затем нарисовать на этой линии бусины в том порядке, в котором они выложены на столе перед каждым ребенком, затем раскрасить каждую нарисованную бусину цветным карандашом по желанию ребенка. В конце этого этапа получаем визуализиро-

дующем чаще сопровождаются межличностными проблемами и социальной дезадаптацией, включая повышенную склонность к безответственным и рискованным формам поведения (злоупотребление психоактивными веществами, асоциальные поступки, девиантные формы сексуального поведения, риск травм, в том числе высокий уровень дорожно-транспортных происшествий). Данный подтип СДВГ у детей — фактор риска паттернов рискованного поведения. Другая группа взрослых, обнаруживающих в раннем детстве признаки «невнимательного» подтипа СДВГ, сохраняет дефицитарность когнитивных навыков при сохранном уровне интеллекта, повышенный уровень беспокойства и тревожности, эмоциональную неустойчивость со склонностью к низкой самооценке и депрессивным формам реагирования. Детские симптомы «гиперактивности-импульсивности» в большей степени, чем признаки «невнимательности» вызывают неблагоприятные последствия в молодом и зрелом возрастных периодах, прежде всего, в сфере психосоциального функционирования.

Выделенные структуры гипердинамичного поведения и синдрома дефицита внимания и гиперактивности имеют значение в следующих аспектах проектирования психокоррекционных программ. Во первых, знание этих особенностей существенно для выделения основных объектов психокоррекционного воздействия. Во вторых, выделенные клинико-психологическая характеристики значимы при обеспечении информационно-образовательного компонента в работе с родителями и другими социальными специалистами при организации блока социально-психологической поддержки.

## Раздел 2

### Методические основы проектирования программ психокоррекции гипердинамичного поведения у детей младшего школьного возраста

#### 2.1. Объекты психокоррекционной и социотерапевтической работы у детей младшего школьного возраста с гипердинамичным поведением и нарушениями формирования школьных навыков

Клинико-психологический анализ позволяет выделить следующие объекты психокоррекционной работы.

1. Дети младшего школьного возраста с гиперактивным поведением, страдают невнимательностью, им трудно поддерживать постоянное умственное напряжение во время игры, занятий и работы; (объект и цель психокоррекционного воздействия — удержание непрерывного внимания);

2. Дети с гиперактивным поведением отличаются высоким уровнем энергии, но не могут довести свои действия до конца, увидеть, прочувствовать и прогнозировать ближайшие и отдаленные последствия своих действий (объект и цель психокоррекционного воздействия — планирование, организация и прогнозирование действий, фиксация на их завершенности и результате);

3. Дети с гиперактивным поведением импульсивны, что означает не сформированность у них способности сдерживать спонтанные реакции или подумать, прежде чем поступить (объект и цель психокоррекционного воздействия — развитие руководящих функций «Я», которые связаны с торможением реакций и поведения; ключевым направлением является формирование способности осуществить «остановку», выстроить внутренний план действий, включая альтернативный выбор перед совершением тех или иных действий; развитие самоконтроля своих действий и поведения);

расширяют свои представления о возможных причинах того или иного настроения, учатся объяснять и рассказывать о своих переживаниях.

#### Конструктивно-формирующий этап:

— упражнения, направленные на развитие навыков внешнего и внутреннего контроля действий, на получение «обратной связи»; проигрывание психотехник, направленных на помощь в решении конструктивных задач и проблем (4 занятия);

— упражнения, направленные на развитие навыков взаимопонимания, сотрудничества и группового взаимодействия в целях достижения общего группового результата; игры-альтернативы для развития навыков сотрудничества (3 занятия).

Каждое занятие начинается с проигрывания 1-2-3-х соответствующих упражнений по вашему выбору из модулей: коммуникативно-развивающий, релаксационный, эмоционально-чувствующий-развивающий. В последующем переходят к проработке базовых упражнений конструктивно-формирующего этапа. Виды заданий:

#### 1. «Волшебная птица»

**Цель:** Развитие воображения, пространственного мышления, мелкой моторики через рисунок.

**Материалы для работы:** пачка или рулон серой хозяйственной бумаги, газеты, скотч, самоклеящаяся цветная бумага, ножницы, клей, различные материалы для украшения птицы (бусины, перья, ленты, нитки).

#### Ход выполнения задания:

1 этап. Вспомните с детьми птиц, которых они знают, могут назвать и описать, предложите создать ребенку свою сказочную птицу, которая не будет похожа на других. Кратко расскажите о волшебных птицах Сирин и Феникс.

2 этап. Для начала работы покажите ребенку, как делать туловище птицы — туго скрутите в цилиндр смятую бумагу и обмотайте ее скотчем. Далее предложите детям продолжить, оказывайте минимальную помощь.

3 этап. После окончания работы над каркасом птицы разложите перед детьми материалы для украшения птицы — начните работать над образом птицы.

4 этап. Когда птицы закончены, предложите детям рассказать о своих птицах, дайте возможность поиграть.

рез одну из восьми дверей, каждая из которых цвета одной из карточек Люшера. Разложите карту перед детьми и расскажите, что для того, чтобы попасть в волшебную страну, надо рассказать про свое настроение и выбрать из восьми дверей дверь самого подходящего цвета. Для символизации перехода в страну настроений можно выдавать ребенку фишки соответствующего цветового выбора.

Затем предложите рассмотреть карту и зайти в один из домиков, где спряталась одна из эмоций в виде пиктограммы: «в солнышке, предположим — радость». Попросите рассказать детей, кто спрятался в домике, какое настроение у солнышка, пофантазировать, проиграть чему оно радуется. Спросите, какого цвета может быть дом у радостного солнышка — раскрасьте домик вместе с детьми. То же самое сделайте с противоположной эмоцией — грустью. Таким образом, проработать все шесть эмоций, а цветовые выборы детей можно использовать как диагностику их эмоционального состояния.

#### **8. «Азбука настроений»**

**Цель:** узнавание эмоций, дифференциация эмоций и чувств, перенос их на личностное «Я».

**Материалы:** бумага для акварели А3, акварель, кисточки.

**Ход занятий:** выберите одну из пар эмоций на карте настроений. Например, радость и грусть. Попросите детей изобразить каждую из эмоций (мимика + поза), вспомните сказочных персонажей, которые радовались и грустили и по какой причине. Попросите рассказать детей, от чего они грустят, а от чего становятся радостными; предложите определенным цветом изобразить грустное, веселое настроение; предложите детям нарисовать радость и грусть. Для этой задачи разделить лист бумаги напополам и раскрасить каждую половину в грустный и веселый цвет, и изобразить соответственно «радость» и «грусть». После окончания работы обсудить рисунки с детьми: ребенок, рисунок которого обсуждают, молчит, а остальные участники группы угадывают, какая эмоция на какой части листа изображена, обосновывают свою гипотезу. В конце каждого обсуждения автор рассказывает про свой рисунок. Как правило, детям с гипердинамичными расстройствами трудно строить рассказ без повторения и образного подкрепления, поэтому после изображения той или иной эмоции количество гипотез (почему вы радуетесь или грустите?) увеличивается. Таким образом, дети

4. Дети с гиперактивным поведением уже в младшем школьном возрасте, несмотря на нормальный уровень развития интеллекта, обнаруживают когнитивную дефицитарность. Она проявляется в выраженных трудностях применения когнитивных навыков в ситуациях повседневной жизни (объект и цель психокоррекционного воздействия — формирование способностей к применению имеющихся когнитивных навыков и умений в обычных повседневных ситуациях; формирование способности выполнять различные по сложности задания (сложные-простые, скучные-интересные, приятные-неприятные в различных социальных ситуациях, в том числе в незнакомой обстановке, во время привычных игр, в ситуациях, когда не требуется длительная сосредоточенность на задании);

5. Дети с гиперактивным поведением с началом обучения обнаруживают специфические расстройства формирования школьных навыков, прежде всего, чтения и счета (объект и цель психокоррекционного воздействия — развитие моторно-мышечных процессов, связанных с выполнением запрещающих инструкций, подавлением реакций, моторной координацией и последовательностью мышечных действий; формирование и тренировка способностей к пространственной и временной организации как внешнего, так и внутреннего пространства);

6. Дети с гиперактивным поведением в младшем школьном возрасте с началом обучения обнаруживают специфические расстройства экспрессивной речи, которые выражаются в чрезмерной говорливости и громкости, непоследовательности высказываний и в трудностях использования речи в повседневных ситуациях (объект и цель психокоррекционного воздействия — развитие моторно-мышечных процессов речи, связанных с соблюдением запрещающих инструкций; формирование способности к замедлению скорости речи, к развитию навыков использования внутренней речи, речи, адресованной к самому себе, и навыков свободного рассказа с осмыслением и пересказом последовательности событий);

7. Дети с гиперактивным поведением испытывают значительные затруднения социального функционирования со сверстниками и в школе, которые протекают с проявлениями конфликтности и агрессивных форм реагирования (объект и цель психокоррекционного воздействия — развитие системы социальных правил через проигрывание ролевых игр, проблемных

ситуаций; предупреждение любых форм закрепления повторяющихся агрессивных способов разрешения конфликтов, формирование навыков социального взаимодействия);

8. Дети с гиперактивным поведением испытывают значительные затруднения социального функционирования в семье. Они характеризуются со стороны детей непослушанием, оппозиционно-вызывающими реакциями, конфликтностью; со стороны родителей — переживанием сильного дистресса, чрезмерной требовательностью и строгостью, риском физических наказаний. Ситуация часто отягощается развитием невротических, аффективных депрессивных расстройств у матери, злоупотреблением алкоголем у отца (объект и цель психокоррекционного воздействия — с одной стороны развитие навыков социального взаимодействия ребенка с родителями, братьями и сестрами, а с другой стороны психологическое консультирование родителей по проблемам гиперактивного ребенка, снижению уровня семейного стресса, формированию родительской компетенции и «табуированию» физических наказаний ребенка за гиперактивное поведение, предупреждение случаев внутрисемейного насилия.

## **2.2. Структура и содержание психокоррекционной программы**

### **2.2.1. Структура блока индивидуальной или групповой психокоррекционной работы с ребенком**

Психокоррекционная программа для младших школьников с гипердинамичным поведением и нарушениями формирования школьных навыков включает два блока работы с различным содержанием психокоррекционных и социореабилитационных компонентов. Первый блок связан непосредственно с проведением с ребенком индивидуальной или групповой психокоррекционной работы; второй блок — преимущественно социореабилитационный включает задания, направленные на обеспечение социально-психологической поддержки ребенку с гипердинамичным поведением, включая организацию коррекционно-развивающей среды в семье и в процессе обучения.

Первый блок программы ориентирован на коррекционно-развивающую работу со следующими аспектами психической деятельности ребенка:

**Этап объективирования эмоций и чувств**, осознания внутренних и внешних проблем, трудностей и конфликтных ситуаций; формирование навыков релаксации через техники мышечного напряжения-расслабления, дыхательные техники и техники визуализации представлений (3 занятия).

Каждое занятие начинается с проигрывания 1-2-х упражнений-заданий из базовых модулей: коммуникативного развивающего и релаксационного развивающего. Основная часть включает проработку следующих упражнений-заданий:

*Базовый модуль — эмоционально-чувственный, развивающий*

#### **1. Упражнение «Кукла Маша»**

**Цель:** узнавание эмоций, перенос их на личностное Я

#### **2. Упражнение «Повтори интонацию»**

**Цель:** Научить детей менять тон голоса в зависимости от того настроения, которое они хотят передать другому человеку.

#### **3. «Покажи своё настроение с помощью роста»**

**Цель:** научить детей оценивать своё эмоциональное состояние.

#### **4. Упражнение «Цветы», «Животные».**

**Цель:** научить детей определять свое эмоциональное состояние через восприятие других объектов — цветы, животные и сравнивать выраженные через объекты эмоциональные состояния со своими чувствами.

#### **5. Упражнение «Делай как я»**

**Цель:** быть внимательным к чужим чувствам, умение повторить мимическое выражение чувств другого человека. Гимнастика лица.

#### **6. «Меня похвалили, и я радуюсь»**

**Цель:** подвести детей к мысли о том, что каждое событие влечёт за собой определённое чувство.

#### **7. «Карта настроений»**

**Цель:** узнавание эмоций, перенос их на личностное Я

**Материалы:** карта настроений (на листе ватмана изображена страна огороженная высоким забором с домиками и восемью входами. Каждый вход по цвету одной из карточек по Люшеру. В стране шесть не раскрашенных домиков, в каждом из которых прячется пиктограмма настроения — радость, грусть, злость, отвращение, страх, испуг), цветные карандаши.

**Ход занятия:** Предложите детям побывать в сказочной стране настроения. Войти в «страну настроений» можно только че-

### **3. Упражнение «Возьми и передай»**

**Цель:** достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние.

### **4. Упражнение «Мяч из капелек росы»**

**Цель:** показать детям о существовании между ними общих невидимых связей.

### **5. Упражнение «Дождик»**

**Цель:** показать детям важность дружеских отношений.

### **6. Упражнение «Наши руки»**

**Цель:** создать тактильный контакт, почувствовать настроение через прикосновение.

### **7. «Восхождение по скале»**

**Цель:** Сплочение группы. Тактильный контакт

### **8. Упражнение «Слепой танец»**

**Цель:** развитие доверия друг к другу, снятие излишнего мышечного напряжения .

*Базовый модуль — релаксационный коррекционно-развивающий*

### **1. Упражнение «Смена ритмов»**

**Цель:** помочь детям включиться в общий ритм работы, снять излишнее мышечное напряжение.

### **2. Упражнение «Шум растет».**

**Цель:** положительный настрой группы на совместные занятия, снятие напряжения.

### **3. Упражнение «Росточек под солнцем»**

**Цель:** снятие напряжения, переключение детей на занятие.

### **4. Упражнение «Росинка»**

**Цель:** Напряжение-расслабление мышц рук.

### **5. Игра «Бег за радостью»**

**Цель:** научить детей фокусировать сознание на положительных эмоциях, снятие мышечного напряжения.

### **6. Упражнение «Пузырь» (Р. Калинина)**

**Цель:** вырабатывать способность к саморегуляции, сменяя ощущения напряжения в теле на ощущения расслабления

### **7. Упражнение «Кошачий бой»**

**Цель:** сосредоточение сознания на внутреннем состоянии, снятие напряжения, развитие подвижности тела

### **8. Игра «Неваляшка»**

**Цель:** опора на другого — развитие доверия

### **9. Гимнастика для лица**

**Цель:** Расслабление мышц лица

1. Процессы внимания (истощаемое внимание, повышенная отвлекаемость);

2. Процессы самоконтроля и организации внутренних психических процессов, включая узнавание, дифференцировку эмоциональных состояний и коррекцию негативных эмоциональных реакций с тревожным или аффективно-возбудимым, раздражительно-гневливым компонентом реагирования;

3. Пространственно-временной синтез (интеграция внешнего физического и внутреннего пространства, временного пространства — различие между внешним физическим и внутренним сомато-телесным, психическим пространством; различия внутри временного пространства — минутные, часовые, суточные циклы; дни, месяцы и циклы природы, дни, месяцы и года в развитии человека; время как «прошлое-настоящее-будущее») — базовая составляющая социально-когнитивного развития ребенка;

4. Развитие когнитивных процессов, связанных с определением порядка и последовательности действий и операций, с планированием и прогнозированием, включая следующие аспекты:

4.1. оптимизация пространственного моделирования (работа по образцу, самостоятельное пространственное конструирование, пространственная конфигурация — работа с фигурами на листе);

4.2. прогностическое моделирование;

5. Развитие контроля результата деятельности (контроль через наглядное действие, через игровой образ и через словесный отчет-рассказ)

6. Формирование познавательной активности, включая:

6.1 различение живого и неживого мира,

6.2. мира природы и мира социального (дом, село, город),

6.3. Мой мир как «Я» (семья, сверстники, школа).

В целях развития основных аспектов познавательной активности дополнительно используются следующие виды деятельности:

- Психогимнастика;
- Изодейтельность (лепка, аппликация, конструирование и моделирование, работа с линией, цветом и формой);
- Театрализация.

Программа состоит из 4-х этапов:

**Ориентировочный этап**, включающий знакомство детей друг с другом, формирование группы, проигрывание упражнений, запускающих групповую динамику (1 — 2 занятия).

**Этап объективирования эмоций и чувств**, осознания внутренних и внешних проблем, трудностей и конфликтных ситуаций; формирование навыков релаксации через техники мышечного напряжения-расслабления, дыхательные техники и техники визуализации представлений (3 занятия).

**Конструктивно-формирующий этап:**

— упражнения, направленные на развитие навыков внешнего и внутреннего контроля действий, на получение «обратной связи»; проигрывание психотехник, направленных на помощь в решении конструктивных задач и проблем (4 занятия);

— упражнения, направленные на развитие навыков взаимопонимания, сотрудничества и группового взаимодействия в целях достижения общего группового результата; игры-альтернативы для развития навыков сотрудничества (3 занятия).

**Обобщающее-закрепляющий этап**, включая упражнения, направленные на развитие навыков гибкого поведения и уверенности в себе (4 занятия).

Все этапы тесно взаимосвязаны друг с другом и направлены на понимание собственного эмоционального состояния, на развитие и применение когнитивных навыков, навыков планирования и способности прогнозировать результат, на развитие навыков межличностного взаимодействия со сверстниками, повышение уровня осознания своего реального «Я» и собственной самооценки.

Программа предназначена для работы с детьми 7-11 лет в образовательном учреждении с использованием подходов коррекционно-развивающего обучения, в центрах психолого-педагогической коррекции и реабилитации и дневном стационаре психоневрологического диспансера.

Курс занятий проводится в групповом варианте. При групповом варианте состав группы открытый, что позволяет приблизить процесс развития к реальным условиям и расширить круг детей, включенных в психокоррекционную работу. Открытые группы позволяют всем детям в процессе коррекционной работы формировать свой индивидуальный опыт и переносить его в новые ситуации, учиться взаимодействовать друг с другом при изменении состава участников группы, более эффективно

помогать новым участникам группы войти через игровые ситуации в психокоррекционные занятия. Группы насчитывают 9-11 человек, продолжительность групповых занятий равна длительности урока (45 мин.). Каждое занятие проводится в следующем порядке: приветствие и разминка; основная часть, направленная на выполнение цели занятия с включением релаксационных упражнений; заключительная часть, направленная на снятие возможного напряжения и формирование установок на новую встречу. Длительность коррекционного курса занимает 2 месяца.

### **2.2.2. Содержание блока психокоррекционной работы с ребенком**

Содержание психокоррекционного блока программы.

— развитие у детей чувств сопереживания, навыков узнавания и дифференцировки эмоциональных реакций и переживаний, а также навыков практического владения выразительными движениями (мимика, пантомимика) и действиями;

— развитие и создание возможностей для формирования самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния и своего поведения, формирование терпимости к позиции другого;

— развитие когнитивных навыков и структурирование временной и пространственной организации психических процессов, обеспечивающих планирование и способность прогнозировать результат; формирование способностей к использованию организационных стратегий;

— развитие у детей навыков группового взаимодействия, общения и групповой сплоченности;

— помощь ребенку в осознании своего реального «Я», повышение уровня самооценки, уверенности в себе.

**Ориентировочный этап**, включающий знакомство детей друг с другом, формирование группы с проигрыванием упражнений, запускающих групповую динамику (2 занятия).

**Базовый модуль — коммуникативный развивающий**

#### **1. Групповое приветствие «Доброе утро»**

**Цель:** создавать атмосферу группового доверия, развивать чувства единства и сплоченности.

#### **2. Игра «Мы вместе всё можем»**

**Цель:** закрепление положительного эффекта от занятия.